

علاج نفسي جديد يعزز المرونة ويقلل الشعور بالذنب لدى مرضى الفصام

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

فبراير 24, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). علاج نفسي جديد يعزز المرونة ويقلل الشعور بالذنب لدى مرضى الفصام. عرب سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=119332>

هل تساءلت يوماً عن العبء النفسي الذي يحمله الأشخاص المصابون بالفصام؟ غالباً ما يواجه هؤلاء الأفراد ليس فقط أعراضاً مثل الهلوسة والأوهام، بل أيضاً مشاعر عميقة بالذنب تجاه علاقاتهم الاجتماعية، وشعوراً بالقصور الذاتي، وصعوبة في التكيف مع تحديات الحياة. دراسة حديثة تسلط الضوء على تدخل نفسي واعد يهدف إلى تخفيف هذه المعاناة، وتقديم بصيص أمل لتحسين جودة حياة المرضى.

منهجية البحث

قام الباحثون في هذه الدراسة، التي قادها أ. سارايا أو، بتصميم برنامج تعليمي نفسي (psychoeducational) يعتمد على العلاج بالمعنى (logotherapy). العلاج بالمعنى، وهو فرع من فروع علم النفس طوره الطبيب النمساوي فيكتور فرانكل، يركز على مساعدة الأفراد على إيجاد معنى وهدف في حياتهم، حتى في مواجهة الصعاب. البرنامج التعليمي النفسي استهدف بشكل خاص معالجة مشاعر الذنب الشخصي (interpersonal guilt) - وهو الشعور بالمسؤولية عن الأذى الذي قد يكون تسبب به الفرد للآخرين - وتعزيز الشعور بالكفاءة الذاتية (self-efficacy) - أي الإيمان بقدرة الفرد على النجاح في المهام المختلفة - وبناء المرونة النفسية (resilience) - وهي القدرة على التعافي من الشدائد.

اعتمدت الدراسة تصميمًا شبه تجريبيًا (quasi-experimental)، مما يعني أن المشاركين لم يتم تعيينهم عشوائياً للمجموعات التجريبية والضابطة. تم اختيار عينة من المرضى الذين تم تشخيصهم بالفصام من مراكز علاجية مختلفة. تم تقسيم المشاركين إلى مجموعتين: مجموعة تجريبية تلقت البرنامج التعليمي النفسي بالإضافة إلى الرعاية القياسية، ومجموعة ضابطة تلقت الرعاية القياسية فقط. تم قياس مستويات الذنب الشخصي والكفاءة الذاتية والمرونة النفسية لدى المشاركين في كلا المجموعتين قبل وبعد البرنامج باستخدام مقياس نفسية موحدة.

تفاصيل البرنامج التعليمي النفسي

تضمن البرنامج التعليمي النفسي جلسات جماعية أسبوعية على مدار ثمانية أسابيع. ركزت الجلسات على استكشاف مفهوم المعنى في الحياة، وتحديد القيم الشخصية، وتطوير مهارات التواصل الفعال، وتعلم تقنيات إدارة الذنب الشخصي. كما تضمنت الجلسات تمارين عملية لتعزيز الكفاءة الذاتية والمرونة النفسية، مثل تحديد الأهداف الواقعية، وتطوير استراتيجيات حل المشكلات، وممارسة تقنيات الاسترخاء.

النتائج

أظهرت النتائج أن البرنامج التعليمي النفسي المبني على العلاج بالمعنى كان له تأثير إيجابي كبير على المرضى الذين يعانون من الفصام. بعد الانتهاء من البرنامج، أظهرت المجموعة التجريبية انخفاضاً ملحوظاً في مستويات الذنب الشخصي مقارنة بالمجموعة الضابطة. يشير هذا إلى أن البرنامج ساعد المرضى على التغلب على مشاعرهم السلبية تجاه علاقاتهم الاجتماعية، وتقليل الشعور بالمسؤولية عن الأذى الذي قد يكون تسببوا به.

بالإضافة إلى ذلك، أظهرت المجموعة التجريبية زيادة كبيرة في مستويات الكفاءة الذاتية والمرونة النفسية. يشير هذا إلى أن البرنامج ساعد المرضى على استعادة الثقة بقدراتهم، وتطوير استراتيجيات فعالة للتكيف مع تحديات الحياة، والتعافي من الشدائد. لاحظ الباحثون أن هذه التحسينات كانت مرتبطة بشكل كبير بانخفاض مستويات الذنب الشخصي، مما يشير إلى أن معالجة الذنب قد تكون خطوة مهمة في تعزيز الكفاءة الذاتية والمرونة النفسية لدى المرضى.

تأثيرات البحث

هذه الدراسة تقدم مساهمة قيمة في فهمنا لكيفية تحسين جودة حياة المرضى الذين يعانون من الفصام. تشير النتائج إلى أن التدخلات النفسية التي تركز على المعنى والقيم الشخصية يمكن أن تكون فعالة في معالجة المشاعر السلبية وتعزيز القدرات النفسية لدى هؤلاء المرضى. قد يكون للبرنامج التعليمي النفسي المبني على العلاج بالمعنى القدرة على أن يصبح جزءاً لا يتجزأ من خطط الرعاية الشاملة للمرضى المصابين بالفصام.

من المهم ملاحظة أن هذه الدراسة أجريت على عينة محدودة من المرضى، وأن هناك حاجة إلى مزيد من البحث لتأكيد هذه النتائج وتحديد مدى قابليتها للتعميم على مجموعات مختلفة من المرضى. ومع ذلك، فإن هذه الدراسة تمثل خطوة واعدة نحو تطوير تدخلات نفسية أكثر فعالية للمرضى الذين يعانون من الفصام، وتقديم الأمل في مستقبل أفضل.

Reference

Saraya O. (2025). *Effect of a logotherapy-based psychoeducational program on interpersonal guilt, self-efficacy, and resilience in patients with schizophrenia: a quasi-experimental study*. BMC Psychiatry, 26(1), 61-61.

DOI: [10.1186/s12888-025-07712-4](https://doi.org/10.1186/s12888-025-07712-4)